

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 23 (1966)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Die Fusssohlen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969400>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Der Chemiker als Schöpfer

Die Leistung der Chemie in den letzten Jahrzehnten ist bestimmt anerkennenswert. Was wüssten wir von all den verschiedenen Vitaminen, wenn Biologen und Chemiker auf diesen Gebieten nicht rastlos gearbeitet hätten, um die bestehenden Geheimnisse ergründen zu können? Nachdem die Analyse und damit also die chemische Struktur eines Vitamins oder eines andern Naturproduktes herausgearbeitet ist, geht der Chemiker meistens im Interesse der chemischen Industrie ans Werk, um den Stoff künstlich, also synthetisch nachzuahmen. Dies gelingt in der Regel. Kein Wunder daher, dass die chemische Industrie behauptet, ihre synthetischen Präparate seien den Naturerzeugnissen völlig ebenbürtig. Bereits liegen jedoch interessante Beobachtungen von Wissenschaftlern und Ärzten vor, die anzeigen, dass die Natur Geheimnisse in sich birgt, die dem Chemiker in der Zukunft noch viel Kopfzerbrechen bereiten mögen. Zur Veranschaulichung diene aus England ein interessantes Beispiel. Nach den genauesten Analysen stellte man dort Meerwasser künstlich her. Aber die Meerfische, die man darin einsetzte, gingen nach kurzer Zeit ein. Erst als man diesem künstlichen Meerwasser noch natürliches beifügte, blieben die Meerfische darin lebendig.

Dieser Versuch beweist, dass die analytisch erfassten Stoffe, vor allem die Mineralsalze noch nicht vollständig erforscht sind. Es handelt sich dabei um lebenswichtige Stoffe, die wir noch nicht kennen. Während des Krieges behandelte man Soldaten, die an Beriberi erkrankt waren, mit synthetischem Vitamin B1, aber der Heilerfolg blieb aus. Erst als die Kranken Reiskleie erhielten, trat eine sofortige Genesung ein. Zwar zeigen einige künstliche Vitamine im Einsatz gegen rachitische Erscheinungen anfangs gute Erfolge. Leider fällt aber nach einiger Zeit die Erfolgskurve steil herab, während sie bei natürlichem Vitamin D bis zum vollen Erfolg weiter ansteigt. Schon vor 35 Jahren konnte ich dies an Kindern beobachten, die zuerst mit Vigantol, nachher aber mit natürlichem Vitamin D behandelt worden waren. Bei Einnahme von synthetischem Vitamin C benötigt man eine ungefähr dreimal so grosse Menge als beim natürlichen Vitamin C aus Zitronen, Hagebutten oder Sanddorn. Prof. Dr. W. Heupke, den ich von Ärztekongressen her persönlich kenne, hat sehr davor gewarnt, Kleinkindern wahllos synthetische Vitamin-D-Gaben zu verabreichen, da dadurch sogar tödliche Vergiftungen vorgekommen sind.

## Die Fusssohlen

Der menschliche Körper ist tatsächlich wunderbar bereitet, denn wenn wir glauben, ihn genügend erforscht zu haben, stellt er uns immer wieder vor neue Rätsel und zeigt uns neue Wunder, an denen wir zuvor achtlos vorübergingen. So ist es auch mit unseren Fusssohlen, denen wir kaum genügend Dank zollen, dass sie uns stetig dienen. Obschon wir über der ganzen Körperoberfläche ein feines Netz von Nerven beobachten können, ist die Fusssohle diesbezüglich noch besonders günstig ausgerüstet. Chinesische Ärzte wissen diese Sondereinrichtung für eine

heilsame Therapie anzuwenden. Ihre Spezialisten auf diesem Gebiete behaupten, dass die ganze Fläche der Fusssohle Nervenreflexpunkte enthalte, die mit jedem Organ des ganzen Körpers verbunden seien. Diese Ärzte vermögen daher durch eine Massage der Fusssohle mit belebenden Pflanzenölen den ganzen Körper zu erfrischen, so dass dadurch die bleierne Müdigkeit, die ihn bedrängen mag, verschwindet. Wenn solche Nervenreflexpunkte wirklich in der Fusssohle eingebettet sind, ist es begreiflich, warum das Barfußlaufen auf unebenem Naturboden

derart belebend erfrischen kann, dass dadurch sogar bleierne Müdigkeit und Kopfweh verschwinden.

Ausser den sogenannten erdmagnetischen Strahlen, wie man die Energien, die der Erde entströmen, bezeichnen kann, wirkt die natürliche Massage durch die Unebenheiten des Bodens aktivierend auf den Körper ein, und zwar über die Nervenreflexpunkte der Fusssohlen. Ob sich diese Vorgänge genau so abspielen, wie man nach der vorangegangenen Schilderung annimmt oder nicht, ist nicht wesentlich, denn die Tatsache, dass das Barfusslaufen im Gras, im Walde, auf irgendwelchem Naturboden erfrischend wirkt, bleibt bestehen und kann von jedermann nachgeprüft werden. Nicht umsonst hat

Sebastian Kneipp dem Taulaufen so viel Bedeutung beigemessen.

Während eines Ferienaufenthaltes am Meer sollte man nicht verfehlen, jeden Morgen früh und abends vor dem Zubettgehen eine Barfusswanderung im feuchten Sand längs des Ufers durchzuführen. Man darf sich dabei das Wasser der auslaufenden Wellen ruhig etwas an die Füsse spülen lassen. Dies trägt mehr zur Erholung bei als stundenlang bewegungslos im Sand zu liegen, um sich durch Unvorsichtigkeit womöglich einen tüchtigen Sonnenbrand zuzuziehen. Wenn wir die Ferienzeit in der freien Natur verbringen, haben wir zum Barfusslaufen bestimmt irgendwelche Gelegenheit, die wir nicht verpassen sollten, denn es trägt zu unserer wirklichen Erholung viel bei.

### Vergiftete Milch

Aus Kalifornien erhielt ich einen Bericht über Kinder, die durch Milch vergiftet worden waren. Die Gesundheitsbehörde ging dieser Angelegenheit auf die Spur, um die Ursache festzustellen. Sie fand dabei heraus, dass einer der Farmer seine Baumwollfelder mit Hilfe seines Flugzeuges gespritzt hatte, und zwar mit dem giftigsten Insekticid. Die Giftnebel, die sein Flugzeug auf seine Baumwollfelder niedergehen liess, legten sich auch auf den Luzernaklee eines daneben liegenden Alfalfafeldes. Die Milchkühe erhielten diesen Klee als Nahrung, weshalb das Gift in ihre Milch gelangte, wo es noch so wirksam war, dass es bei den Kindern, die diese Milch zu trinken bekamen, eine Vergiftung auslösen konnte.

Eine solche Feststellung ist ein deutlicher Beweis, dass die Anwendung stark giftiger Schädlingsbekämpfungsmittel auch an den Kulturen benachbarter Felder und an allfälligen Unterkulturen nicht spurlos vorübergeht, sondern eben auch dort

noch wirksame Giftmengen abgeben kann. Kein Wunder, dass dadurch Schäden entstehen, die manchmal zwar nicht einmal immer erkannt werden. Brechdurchfall mit starkem Kopfweh und Unwohlsein ist oft die Folge einer solchen Vergiftung. Nicht immer lässt sich herausfinden, woher sie eigentlich kommt.

Dieses Problem hat auch einmal ein Institut zu lösen gehabt. Da alle Mädchen bis an eines erkrankt waren, rief man mich, und das Ergebnis der Nachforschung war die Feststellung, dass es sich um eine Vergiftungerscheinung handelte, die von gespritzten Kirschen herrührte. Der Rest der Kirschen wies Spritzflecken auf und die einzige Schülerin, die unter keinen Störungen litt, hatte keine Kirschen genossen.

Bei der heutigen Schädlingsbekämpfung ist es nicht immer leicht, irgendwelchen Vergiftungen zu entgehen. Die Insekten gewöhnen sich mit der Zeit selbst an die stärksten Gifte, aber wir? —

### Allgäuer Moor

in seiner erstklassigen  
Qualität als Moorbäder

Moortrinkkur  
Moorpäckung  
Moorschlammbad  
Moosalbe

erhalten Sie nun auch in  
Ihrem Reformhaus.  
Generalvertretung für die Schweiz:  
**Bioforce AG, Roggwil TG**